

## 7 เคล็ดลับ....อ่านให้จำ ในเวลาจำกัด

นำเสนอเมื่อ : 19 ธ.ค. 2552

มีหลายๆ คนเลยละ ที่ช่วงสอบเจอปัญหาว่า อ่านหนังสือที่กี่ครั้ง ก็จำไม่ได้สักที แถมไม่มีเวลาแล้วด้วย สมารถก็ไม่รู้หายไปไหนหมด ไม่อ่านก็ไม่ได้อะไร เกิดสอบตกขึ้นมาจะเสียดายกว่าเดิม ไม่ต้องกังวลไปคะ วันนี้มีเคล็ดลับดีๆ ที่จะช่วยให้อ่านหนังสือสอบให้จำได้อย่างสบายๆ มาบอกกันคะ ไปดูกันเลยจ๊า...

### 7 เคล็ดลับอ่านให้จำ ในเวลาจำกัด

- 1. ต้องสร้างทัศนคติที่ดีต่อการอ่านหนังสือซะก่อน** หากมีทัศนคติที่แย่ๆ ต่อการอ่านหนังสือแล้ว อ่านถึง 10 รอบก็ไม่มีทางจำได้ อ่านเยอะอย่างไรก็ไม่เข้าหัว
- 2. เมื่อมีทัศนคติที่ดีต่อการอ่านหนังสือแล้ว ก็ต้องมาสร้างแรงจูงใจในการอ่านหนังสือด้วย**  
แรงจูงใจจะเป็นตัวผลักดันและกระตุ้นให้มีความอยากในการอ่านหนังสือ ซึ่งวิธีการสร้างแรงจูงใจก็คือ พยายามคิดถึงผลที่จะเกิดขึ้น ถ้าเราอ่านหนังสือสำเร็จ เช่น ถ้าเราตั้งใจอ่านหนังสือและเตรียมความพร้อมให้ตัวเองจนพร้อมแล้ว เราก็สามารถทะลุข้อสอบได้ ผลก็คือได้คะแนนเป็นที่น่าพอใจ จากจุดนี้ก็จะทำให้เราได้เกรดสูงๆ หรือไม่ก็ Admissions ติด พ่อ แม่ พี่ น้อง ก็จะดีใจหรืออาจจะได้รับของขวัญเล็กๆ น้อยๆ จากทานอีกก็ได้ อ้ออิ
- 3. พยายามสรุปเรื่องที่เรารับมาแล้วจําเป็นรูปภาพ** ปกติแล้วมนุษย์จะจําเรื่องราวทั้งหมดเป็นรูปภาพ หลายๆวิชาที่ไม่มีรูปภาพประกอบทำให้เราอ่านแล้วไม่สามารถจินตนาการ หรือจําได้ ให้เพื่อนๆ สรุปเรื่องที่เรารับมาแล้ว นำมาทำเป็น mind map เพื่อเชื่อมโยงในส่วนที่สัมพันธ์กันและวาดให้เป็นความเข้าใจของตัวเอง จะทำให้จําได้แม่นขึ้น
- 4. หาเวลาตัวให้เพื่อน เป็นวิธีการทบทวนความรู้ไปในตัวได้ดีที่สุด**  
เพราะเราจะสอนออกมาจากความเข้าใจของตัวเอง หากทวนแล้วเพื่อนที่เราตัวให้เข้าใจ ถือว่าเราแตกฉานในความรู้นั้นได้อย่างแท้จริง
- 5. เน้นการตะลุมพุกให้เยอะๆ พยายามหาข้อสอบย้อนหลังมาให้ได้มากที่สุด**  
เพราะการตะลุมพุกจะทำให้เราจําได้ยากกว่าการอ่านเนื้อหา
- 6. เตรียมตัวและให้ความสำคัญในการอ่านหนังสือในวิชาที่เรานัดมากกว่าวิชาที่ดันไม่ขึ้น** หลายคนเข้าใจผิดไปทุ่มเทเวลาให้กับวิชาที่เราไม่ถนัด วิชาไหนที่เราไม่ถนัด ดันยังงั้นมันก็ไม่ขึ้น เสียเวลาเปล่า เอาเวลาไปทุ่มเทให้กับวิชาที่เราทำได้ให้ชัวร์ดีกว่า จะได้เอาคะแนนไปถัวเฉลี่ยกับวิชาอื่นๆ แบบนี้เข้าท่ากว่าเยอะนะ
- 7. สมารถเป็นสิ่งสำคัญมากในการอ่านหนังสือ** การอ่านหนังสือให้มีประสิทธิภาพ ต้องมีสมารถ ใครที่สมารถสั้น จะจำยาก สั้นง่าย ใครสมารถดี จะจำง่าย สั้นยาก การอ่านหนังสือ ต้องอ่านต่อเนื่องอย่างน้อย ชั่วโมงครึ่ง 30 นาทีแรกจิตใจของเรากำลังพุ่ง ให้พยายามปรับให้หนึ่ง 60 นาทีหลัง ใจนิ่งมีสมารถแล้วก็พร้อมรับสิ่งใหม่ เขาสูสมองที่สำคัญอย่าเอาชยะมาใส่หัว ห้ามคิดเรื่องพวกนี้ซึกฟักเช่น เรื่องหนัง , เกม , แฟน พยายามออกกำลังกาย ดูแลสุขภาพ สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้อ่านหนังสือเราง่ายขึ้น

**โอ้ .. ดูแล้วก็ทำได้ไม่ยากเลยใช่ไหมคะ ที่สำคัญคือ เราต้องเตรียมตัวให้พร้อม และมีกำลังใจในการอ่านนะคะ คิดเอาไว้ว่า ค่ะแน ค่ะแน ค่ะแน ไม่ตก ไม่ตก ไม่ตก ก็ได้นะคะ (ฮาๆ) ชาวเด็กดีลองเอาไปใช้กันดู**